

Os idosos na aquisição de competências TIC

CLÁUDIA PEREIRA

Mestre em Multimédia em Educação - Universidade de Aveiro
claudia79pereira@gmail

RUI NEVES

Departamento de Educação – Universidade de Aveiro
rneves@ua.pt

Resumo: Atualmente, o envelhecimento da população é uma realidade inquestionável. Sabe-se que uma vida longa pode não significar uma vida boa. Ora, para que o aumento da longevidade verificado possa ter sentido, é necessário que os idosos tenham uma boa Qualidade de Vida. Uma outra realidade que se tem verificado prende-se com o desenvolvimento a nível global das Tecnologias de Informação e Comunicação. Um grupo etário que tem ficado à margem deste fenómeno é o da terceira idade, uma vez que existe aquela imagem estereotipada de que a *Internet* é somente pensada para os jovens. Assim sendo, a investigação realizada pretendeu conciliar estas duas realidades e promover a atribuição de competências de comunicação, com recurso às ferramentas disponíveis em linha, a indivíduos em idade de reforma. Para tal, foi lecionado um curso de informática a um grupo de 14 idosos. A metodologia de investigação utilizada foi a investigação-ação. Os dados obtidos foram analisados quantitativamente e qualitativamente. Esta investigação permitiu concluir que a utilização da *Internet* diminui a solidão, aumenta o acesso à informação, assim como a frequência da comunicação entre familiares e amigos e, consequentemente, aumenta Qualidade de Vida de pessoas idosas.

Palavras-chave: Envelhecimento, idosos, qualidade de vida, TIC.

1. INTRODUÇÃO

As transformações demográficas iniciadas no último século, que se traduzem por uma população cada vez mais envelhecida, são uma realidade incontornável. Trata-se da consequência de desenvolvimentos científicos e técnicos, das alterações económicas e do aumento da consciencialização da importância conferida à educação, à higiene e à saúde pública. Estes fatores contribuíram para o usufruto de uma vida melhor e mais longa.

Por outro lado, é notório que as Tecnologias de Informação e Comunicação (TIC) se têm vindo a instalar no dia-a-dia de todos de forma irreversível, o que influencia não só a vida empresarial como privada. Para os jovens, nascidos numa época digital, é extremamente simples o estabelecimento de uma relação íntima, de identificação, com estas ferramentas. Contudo, os idosos têm manifestado uma dificuldade enorme em compreender e acompanhar esta nova realidade, sentindo-se imediatamente excluídos e à margem desta evolução. Perdem, assim, a oportunidade de conhecer um novo mundo, com infinitas possibilidades ao nível da comunicação e da transformação do seu tempo em tempo de lazer, de convívio e de felicidade.

Dadas as realidades acima descritas, torna-se fundamental dotar este grupo social de instrumentos que garantam uma boa Qualidade de Vida (QV) e, por conseguinte, um elevado índice de felicidade. Isto porque, hoje, os idosos têm uma grande vitalidade e vontade em participar e em viver projetos futuros, cuja sabedoria será uma mais-valia.

Atualmente, é possível identificar um vasto conjunto de atividades disponíveis que permitem a ressignificação do tempo livre adquirido graças à chegada da idade da reforma: ginástica, passeios, danças de salão, viagens, grupos de teatro, coros musicais, prática de desporto, voluntariado e diversos cursos. Um outro exemplo de ocupação do tempo livre poderá estar relacionado com o uso do computador e da *Internet*, como forma de inclusão digital e da diminuição da solidão.

2. CONTEXTUALIZAÇÃO TEÓRICA

2.1. As TIC e a população idosa

Casas, empresas, instituições... a sociedade em geral tem-se informatizado, criando inclusive um certo grau de dependência com tudo o que seja eletrónico. E, a par desta mudança tecnológica está a *Internet*. Tim O' Reilly, num ciclo de conferências em Outubro de 2004, deu-lhe um novo significado, ao se referir a esta como *Web 2.0*. Este conceito, que rapidamente se popularizou, foi definido como sendo “uma mudança para uma *Internet* como plataforma, e um entendimento das regras para obter sucesso nesta nova plataforma. Entre outras, a regra mais importante é desenvolver aplicativos que aproveitem os efeitos de rede para se tornarem melhores quanto mais são usadas pelas pessoas, aproveitando a inteligência coletiva” (O' Reilly, 2004).

Ora, esta nova dimensão coletiva, de indivíduos ligados entre si que partilham, colaboram e geram conhecimento, proporcionou o desenvolvimento de ferramentas com o objetivo de estreitar distâncias e de partilhar informação. Assim, recursos como blogues, *wikis*, fóruns, correio eletrónico, serviços de comunicação síncrona (*Msn*, *skype*...), encontram-se, hoje, ao serviço de toda a população e à distância de um clique. Muito mais do que uma tecnologia, a *Internet* torna-se, assim, numa rede de

confluência comunicacional, o que permite o aparecimento de novas formas de sociabilidade (Castells, 2004).

Se esta nova sociedade dá primazia às TIC para recolha da informação e partilha do conhecimento, então facilmente se conclui que, quem não tem acesso à tecnologia, estará à partida excluído de toda esta movimentação social. E, um dos grupos que imediatamente surge entre os potencialmente infoexcluídos são os idosos, uma vez que foram educados numa época em que saber ler e efetuar cálculos matemáticos era quase o suficiente para se sentirem informados (Silva, 2008). Contudo, de acordo com Papert (1997) torna-se fundamental procurar desmistificar preconceitos relativamente à utilização do computador. E a família poderá assumir aqui uma importância acrescida, demonstrando à pessoa idosa quer a sua fácil utilização, quer a sua infinita fonte de conhecimento e de cultura.

Nos últimos anos tem-se verificado um afastamento das gerações, devido não só à concentração demográfica nas grandes cidades e ao desmembramento familiar com vista à procura de uma vida melhor além fronteiras, mas também às exigências profissionais, que relegam para segundo plano a família. Assiste-se, portanto, a uma reorganização sociocultural nas sociedades modernas, cujos maiores prejudicados são os idosos, devido às restrições causadas pela própria idade. As mudanças a que assistimos têm sido impulsionadas pela globalização, que encurtaram os espaços que medeiam as transições dos ajustes sociais. Contudo, a emergência desta comunicação virtual, mas não menos real, permite que os indivíduos mantenham ou até mesmo estreitem (no caso intergeracional), à distância, os seus laços familiares e quebrem eventuais distâncias físicas (Castells, 2004).

Atualmente, existem alguns estudos e iniciativas com vista ao fomento da utilização das TIC entre a população idosa. Esta situação foi em parte impulsionada pelo aumento do número de idosos que têm demonstrado interesse pelas TIC. Aliás, um estudo realizado entre 2002 e 2007, entre a população idosa de 5 países da União Europeia, demonstrou que a utilização da *Internet* entre os idosos quase duplicou (em 2001 registou-se 27% de utilizadores idosos e em 2007 44%) (Seniorwatch, 2008).

Em Portugal, o envelhecimento da população despertou uma consciencialização social e política nacional com o intuito de perspetivar um futuro sustentável, assente em valores de equidade para ambos jovens e idosos. Para tal, nos últimos anos têm surgido medidas e planeadas estratégias, que passam por reformas sociais, económicas e de saúde. Segundo Bugalho (2005) o envelhecimento da população conduz à definição de uma política de envelhecimento, alicerçada em parcerias, que permita a consolidação dos seus direitos sociais e que resulte na afirmação do grupo das pessoas com mais idade como sendo um forte potencial social, económico e cultural. Ainda a mesma autora, reconhecendo o valor inestimável da família, salienta que as medidas adotadas deverão facilitar a permanência do idoso no seu seio familiar, para além de considerar pertinente o desenvolvimento de um Plano Gerontológico Nacional. No fundo, trata-se de criar um conjunto de redes e serviços a nível local, geridas por um Plano Gerontológico Nacional, onde seja possível responder às necessidades reais e individuais de cada pessoa idosa, de acordo com um diagnóstico previamente realizado. E, para uma maior divulgação dos serviços que existem, o papel das autarquias, sobretudo através das juntas de freguesia, é fundamental, já que são entidades mais próximas da população.

A nível nacional, tem-se assistido ao aumento da utilização das TIC por parte da população idosa. Em 2007, a CE lançou um plano de ação “Envelhecer bem na sociedade da informação” no quadro da iniciativa i2020, com o objetivo de acompanhar as pessoas idosas para que possam ter uma velhice mais segura e autónoma e favorecer o desenvolvimento das TIC nos serviços prestados às pessoas. Este plano de ação aponta também para a necessidade de se desfragmentar o mercado de serviços digitais destinados às pessoas idosas, através da partilha de experiências (CE, 2007 COM 332 final).

Apesar do número de iniciativas e estudos relativamente à utilização das TIC por parte da população idosa ter aumentado exponencialmente, estão longe de serem suficientes para que as TIC cheguem a todos os idosos. Aliás, num estudo publicado em 2007 por Cullen et al, acerca do estado das medidas para a e-inclusão provenientes do Plano de Ação i2010, relata algumas falhas políticas e sugere melhorias (Cullen et al, 2007).

2.2. Metodologias de ensino das TIC a idosos

Ensinar, ou seja, transmitir conhecimentos e imbuir os alunos de mecanismos que lhes possibilitem construir o seu próprio conhecimento é uma tarefa que deve ter em consideração vários fatores, nomeadamente, o que se vai ensinar e a quem. Assim sendo, para que o ensino seja eficaz, é necessário se desenvolver uma metodologia pedagógica que tenha em consideração as características específicas dos alunos (idade, *background*, meio social e cultural).

Jones e Bayen (1998) cit. Kachar (s.d.), salientam a necessidade de se planificar propostas metodológicas direcionadas para a população idosa, tendo em atenção o seu processo cognitivo, o ritmo - que é mais lento -, os recursos - que se tornam mais limitados - e as restrições sensoriais próprias do envelhecimento. Mais especificamente, no que concerne ao ensino das TIC a idosos, é necessário promover um ambiente de aprendizagem próprio para os indivíduos em questão, que passa pela criação de uma interação com a máquina de acordo com as suas necessidades e condições físicas.

Estudos de Kachar (2006), Mariz (2009) e Sei (2009) relatam uma série de estratégias que devem ser adotadas aquando o ensino das TIC a idosos: turmas mais pequenas; preferencialmente um aluno por computador; boa iluminação da sala; tamanho e iluminação do monitor; teclado e rato com design especial; tipos de letra grandes; começar por jogos e atividades lúdicas; utilizar experiências de vida dos idosos; preparar material de apoio com caracteres grandes e fortes; respeitar o ritmo de cada aluno; partir de situações contextualizadas; efetuar atividades de repetição; seguir etapas gradativas de aprendizagem; efetuar frequentes paragens.

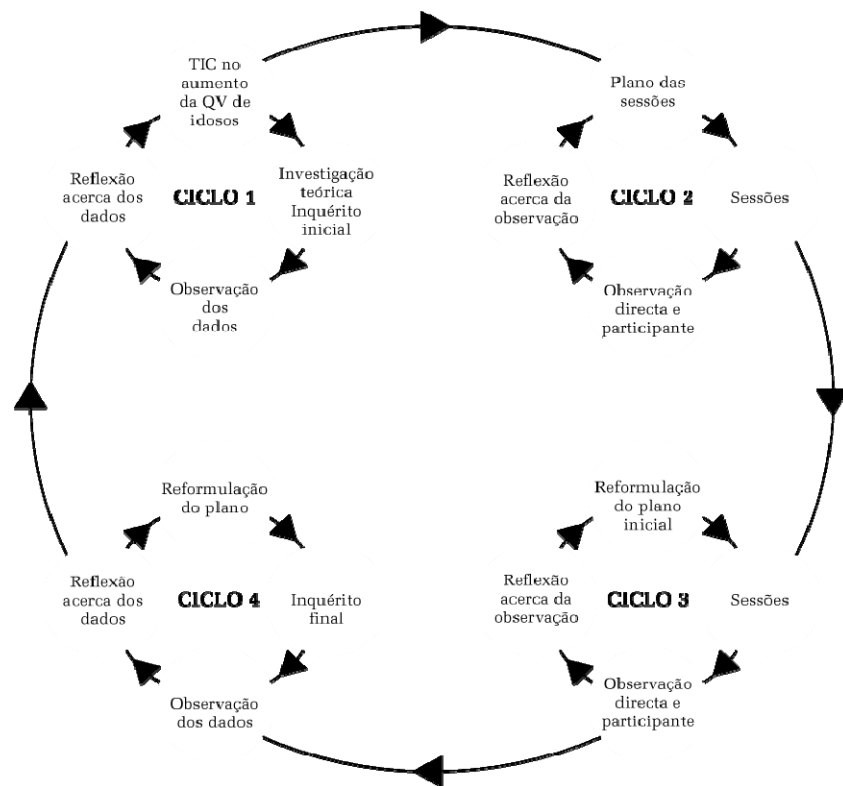
3. ESTUDO EMPÍRICO

O estudo realizado pretendeu comprovar a hipotética relação entre o domínio e o uso no quotidiano das TIC pela população idosa e os índices que permitem aferir da sua QV.

Natureza do estudo

Enquadrando-se na metodologia investigação-ação, o estudo realizado desenvolveu-se, num conjunto de fases, forma continuada por ciclos, com forte interação entre si e em sequência (Figura 1).

FIGURA 1 - Estratégia de investigação-ação aplicada.



Assim, através de um curso de TIC (ação), visou-se diminuir a solidão e a infoexclusão e, assim, contribuir para o aumento da QV de um grupo de pessoas idosas (tentativa de transformação de um problema social) (Hegal & Seibel, 1988). Paralelamente, pretendeu-se criar um espaço de convívio e de cultura, bem como quebrar distâncias físicas (entre familiares e amigos).

Características da amostra

O curso de informática foi ministrado a um grupo de 14 indivíduos com idades compreendidas entre os 65 e os 77 anos, pertencentes à “Escola dos Avós”, associação sediada em Grijó, Vila Nova de Gaia (Portugal). A maioria da amostra (78,57%) possuía como formação o primeiro ciclo do ensino básico, eram casados (78,57%), usufruíam de um rendimento mensal inferior a 450€ (64,29%) e encontravam-se em situação de reforma (78,57%).

No que concerne à recolha de dados, aplicaram-se dois questionários (inicial e final). O questionário inicial teve como objetivo recolher dados sociodemográficos da amostra, aferir a sua QV, a sua familiarização com o computador e com a *Internet* e as expectativas em relação ao curso. Já o questionário final foi aplicado com o objetivo de avaliar as competências adquiridas e aferir se a utilização da *Internet* contribuiu para a diminuição da solidão e para o aumento da QV. Por competência entende-se uma “combinatória de conhecimentos, capacidades, aptidões e atitudes apropriadas a situações específicas, requerendo também a *disposição para e o saber como aprender*” (ANQ, s.d.).

Já os dados observados ao longo das sessões foram recolhidos através de notas de campo. Com estas pretendeu-se captar comportamentos e situações no momento em que aconteceram e que não eram possíveis de recolher através de questionários. As notas de campo incluíam informação a dois níveis: objetivo (descrição do que se passou no decurso da sessão) e subjetivo (ideias, pensamentos e preocupações verificadas). As notas de campo foram também acompanhadas por fotografias e *printscreens*.

Relativamente aos instrumentos de análise dos dados, as questões de resposta fechada foram alvo de uma análise estatística descritiva. Já para as questões de resposta aberta recorreu-se a uma análise de conteúdo. Para os dados recolhidos através da observação directa e participante optou-se por elaborar um relato dos acontecimentos onde contemplou uma observação e reflexão das atividades, do ambiente onde decorreram as sessões, bem como das expectativas e dificuldades encontradas pelas pessoas envolvidas.

4. ANÁLISE DOS DADOS OBTIDOS

4.1. A utilização do computador

O inquérito inicial demonstrou que, antes do início das sessões, nenhum dos indivíduos tinha acesso ao computador nem utilizava a *Internet* para comunicar. Já no questionário final 3 indivíduos adquiriram computador com acesso à *Internet*. O motivo apresentado para os que não adquiriram foi de natureza financeira.

No final do curso a totalidade dos indivíduos (100%) eram capazes de ligar e desligar o computador; escrever um texto no computador; aceder e pesquisar na *Internet*. Verificou-se também que 13 indivíduos (92,86%) eram capazes de consultar o correio eletrónico; trocar mensagens síncronas e aceder a sítios específicos. Somente um indivíduo (7,14%) mencionou que não era capaz de o fazer sem ajuda (Figura 2).

FIGURA II. Competências básicas adquiridas

Competências	Sim		Não	
		%		%
Ligar e desligar o PC	14	100,00	0	0,00
Escrever um texto no PC	14	100,00	0	0,00
Aceder à Internet	14	100,00	0	0,00
Pesquisar na Internet	14	100,00	0	0,00
Consultar e enviar emails	13	92,86	1	7,14
Trocar mensagens em tempo real	13	92,86	1	7,14
Aceder a sites específicos	13	92,86	1	7,14

A competência que os idosos mais apreciaram desenvolver foi a pesquisa na *Internet*, com uma média de 2,38. Seguiu-se a comunicação através do *Msn*, com uma média de 2,55. De seguida surgiu a escrita no processador de texto, com uma média de 2,90. A actividade que os participantes menos gostaram foi a comunicação através do *Google Talk*, com uma média de 4,10.

Relativamente à pesquisa na *Internet*, os indivíduos apreciaram procurar sítios relacionados com notícias, com uma média de 1,30 e a pesquisa de imagens, com uma média de 2,50. De seguida, surgiu a meteorologia, o lazer e os mapas (média de 3,24); o desporto (média de 4,58); a saúde (média de 5,09); a visualização de vídeos (média de 6,58) e o turismo (média de 6,73). No final da tabela encontram-se as pesquisas acerca do ambiente, com uma média de 6,92 (Figura 3).

FIGURA III. Competências da preferência dos participantes

Temas	Média	Mediana	S/R	%
Notícias	1,38	1	1	7,14
Imagens	2,54	2	1	7,14
Mapas	3,42	3	2	14,29
Metereologia	3,42	3,5	2	14,29
Lazer	3,42	4	2	14,29
Desporto	4,58	4,5	2	14,29
Saúde	5,09	5	3	21,43
Vídeos	6,58	7	2	14,29
Turismo	6,73	7	3	21,43
Ambiente	6,92	7	2	14,29
Outros	-	-	14	100,00

4.2. O Processo de aprendizagem

O principal objetivo do curso foi a aprendizagem da utilização da *Internet*, mais propriamente das suas ferramentas de comunicação. Contudo, como a grande maioria dos idosos não tinham qualquer conhecimento acerca do computador, foi necessário começar por ensinar operações básicas, como ligar e desligar, assim como as funções gerais do computador e os termos corretos dos seus constituintes (monitor, rato, teclado, *hardware*, *software*).

Nesta fase, os alunos demonstraram dificuldades na manipulação do rato. Uma das atividades que os ajudou a melhorar a sua relação com o rato foi a realização de trabalhos lúdicos no *Microsoft Paint*. Segundo King (1997) cit. Kachar (s.d.), os jogos devem constituir as primeiras atividades que os idosos devem realizar aquando a aprendizagem da utilização do computador.

Depois de atingidas as competências da manipulação do rato, iniciou-se a incursão pela prática da escrita, através do *Word Pad*, por ser de mais simples utilização. Tendo consciência da importância desta fase de aprendizagem, de forma a os alunos entrarem no mundo da *Internet* escrevendo já com certa fluidez, o número de sessões dedicadas ao processador de texto foi maior do que o inicialmente previsto. Esta situação foi verificada também por dois motivos: ritmo lento de aprendizagem e ensino individualizado. De acordo com King (1997) cit. Kachar (s.d.), as dificuldades para a aprendizagem do computador pelos idosos poderão ser superadas se os alunos seguirem ao seu próprio ritmo, com frequentes paragens, com mais tempo de execução das tarefas e através de atividades de repetição.

Com as técnicas de escrita dominadas, efetuou-se primeiramente uma breve introdução teórica acerca das suas capacidades e vantagens de utilização. Foi ainda demonstrado qual o ícone e *browser* para se aceder à *Internet*, bem com efetuada uma abordagem relativamente aos conceitos inerentes à navegação (*link*, *site*, motores de busca, avançar, retroceder, páginas, etc.).

Nas sessões que se seguiram, os alunos criaram um endereço de correio eletrónico no *Gmail*, tendo-se posteriormente esclarecido o

funcionamento do correio eletrónico (pastas, ícones, etc.). De seguida, os alunos trocaram e adicionaram os contactos quer do grupo quer de familiares de amigos. Nesta fase, foi visível uma motivação acrescida por parte dos idosos, verificada através das expressões sorridentes ao se aperceberem que, sozinhos, eram capazes de utilizar a *Internet* e, sobretudo, de comunicar. Esta observação permitiu concluir que, para além de encurtar distâncias, o uso da *Internet* para fins comunicativos estreita relações familiares, principalmente entre avós e netos. Ou seja, a *Internet* tem a capacidade de suavizar o fosso etário; avós e netos passam a utilizar a mesma linguagem, aproximando-se.

Depois de contactarem com uma ferramenta de comunicação assíncrona, foi a vez de descobrirem as potencialidades da comunicação síncrona: primeiro o *Google Talk* e depois o *Msn*. A utilização destas ferramentas foi aplaudida pelo grupo, uma vez que permitiu a comunicação em tempo real, apesar da distância física. Contudo, foi possível observar que, no momento em que os alunos contactaram com o *Msn*, abandonaram o *Google Talk*, tendo alegado que o *Msn* era mais “interativo” e “fácil de utilizar”. Por outro lado, permitia de forma mais clara se aperceberem quando alguém dos seus contactos iniciava a sessão e/ou conversação. Para além disso, era mais comum os familiares terem conta no *Msn*, o que possibilitava uma maior comunicação entre indivíduos fora do grupo. Alguns idosos comunicaram com netos, assistindo-se, uma vez mais, à diminuição do afastamento geracional. Os netos ficaram contentes por ter uns avós tão modernos e os avós ficaram felizes por conseguirem dialogar com os seus netos, num canal mais próximo.

Relativamente às práticas de navegação, os alunos começaram por visualizar alguns motores de busca existentes, tendo-se em simultâneo explicado o processo de pesquisa. Depois disto, efetuaram pesquisas livres e dirigidas. No que se refere às pesquisas livres, verificou-se que os alunos pesquisaram sobretudo sítios noticiosos, sítios relacionados com a freguesia, sítios desportivos (sobretudo os homens) e sítios relacionados com atividades domésticas: culinária e jardinagem (principalmente as mulheres). Relativamente às pesquisas orientadas, foi solicitada a pesquisa de países e cidades, meteorologia, farmácias de serviço, sítios orientados para a terceira idade, serviço de páginas amarelas, Segurança Social,

Finanças, entre outros. Foi igualmente solicitado para os alunos acederem ao *Youtube* e pesquisarem vídeos, sobretudo cómicos. Observou-se que os idosos apreciaram bastante a realização de pesquisas, uma vez que não tinham a perceção da quantidade de informação que se encontra disponível em linha.

As atividades onde os alunos tiveram menos dificuldades foram a utilização do correio eletrónico, do *Msn* e a pesquisa. Resultados semelhantes obtiveram Verona et al. (2006), dado que no seu estudo os idosos utilizaram com mais facilidade o correio eletrónico (25,6%) seguido do *Msn* (11,6%). A mesma autora menciona ainda que o correio eletrónico é uma ótima possibilidade de comunicação para o idoso, porque permite comunicar com familiares distantes com maior frequência, já que tem a vantagem da rapidez na transmissão de mensagens.

Uma das dificuldades observadas ao longo da pesquisa foi a falta de confiança para “clique” nas diversas hiperligações existentes num determinado sítio. Por conseguinte, foi necessário o reforço contínuo de que poderiam “clique” sem medo, uma vez que facilmente poderiam voltar à página inicial. Para que os alunos ultrapassassem esta dificuldade, foi necessário fomentar um auxílio na medida da necessidade e respeitar o ritmo de cada um (King, 1997 cit. Kachar, s.d.).

No que se refere às dificuldades apresentadas, no topo da lista encontrou-se a abertura dos anexos no correio eletrónico e a escrita no processador de texto, com uma média de 3,25. De seguida surgiu “guardar um texto” (média de 3,5); comunicação através do *Google Talk* (média de 3,90); utilização do rato (média de 4,38); acesso ao correio eletrónico (média de 6,23); anexo do correio eletrónico (média de 6,67). As atividades consideradas mais fáceis foram a comunicação através do *Msn* (6,82) e a pesquisa de informação (média de 6,83) (Figura 4).

Estes dados foram, de resto, observados durante as sessões, tendo sido inclusive necessário aumentar o número de sessões inicialmente previstas para a manipulação do rato e a utilização do processador de texto. Isto porque é importante que os idosos aprendam ao seu ritmo, sem pressas e de forma aprazível. Assim, terão a oportunidade de receber a gratificação de

que conseguiram fazer as coisas por si, estimulando-se, assim, o conceito que eles têm de si próprios, como pessoas capazes de agirem sozinhas.

FIGURA IV - Maiores dificuldades encontradas

Dificuldade	Média	Mediana	S/R	%
Escrever no PC	3,25	3	2	14,29
Abrir os anexos dos emails	3,25	4	2	14,29
Gravar um texto	3,50	3	2	14,29
Comunicar no GTalk	3,90	4,5	4	28,57
Usar o rato	4,38	4	1	7,14
Ver os emails	6,23	6	1	7,14
Enviar um email	6,67	7	2	14,29
Comunicar no MSN	6,82	7	3	21,43
Encontrar informações	6,83	8	2	14,29
Outros	-	-	14	100,00

5. CONSIDERAÇÕES FINAIS

Porventura, o mundo de hoje encontra-se a experienciar o mais intenso período de revoluções sociodemográficas e culturais. As transformações da demografia mundial, onde a longevidade tem vindo a aumentar, a par da cultura digital que tem vindo a assumir um papel cada vez mais importante na sociedade, impõem mudanças de paradigma, para que a humanidade, independentemente da idade ou cultura, permaneça em linha relativamente a esta reestruturação social.

Quem mais tem “sofrido” com estas alterações são os idosos, cuja energia não lhes permite acompanhar a velocidade da evolução tecnológica. Consequentemente, a probabilidade de se sentirem excluídos é maior. O estudo realizado permitiu aferir as seguintes conclusões: as TIC são uma mais-valia no âmbito da resignificação do lazer, já que é uma forma de ocupação dos tempos livres; o ensino das TIC a idosos requer a adopção de metodologias de ensino-aprendizagem específicas, devido ao ritmo de aprendizagem mais lento e à possibilidade de motivação, subtilmente presente; a utilização da *Internet* para fins comunicativos estreita relações familiares, sobretudo intergeracionais; existe abertura ao nível do poder local para a implementação de iniciativas deste âmbito, embora os recursos financeiros e físicos sejam limitados.

Esta experiência permitiu comprovar que a idade é apenas um indicador de passagem do tempo e que o uso do computador pode traduzir numa alternativa ao nível dos relacionamentos e do entretenimento. Por outro lado, a utilização das TIC oferece ao idoso mais autonomia, maior bem-estar e integração social e, por conseguinte, maior QV. Para além disso, ao se tornar num “ser digital”, o idoso, mais do que ter acesso à informação, adquire a possibilidade de atuar e interferir na sociedade, já que o uso do computador potencializa a partilha de conhecimento. E tanto se pode aprender com a experiência de vida dos mais velhos!

Apesar das dificuldades verificadas relativamente à aprendizagem do computador, devido às restrições causadas pela própria idade, pensa-se que os ganhos obtidos as suplantam. Ou seja, a idade não deve ser justificativa para a exclusão do mundo digital. Pelo contrário, deve ser considerada uma motivação acrescida, no sentido de se consertar esforços e desenvolver iniciativas para que os idosos possam viver ainda mais felizes com o passar do tempo.

6. REFERÊNCIAS BIBLIOGRÁFICAS

ANQ (s.d.). *Glossário Nacional de Qualificações*. [Online]; disponível em <http://www.catalogo.anq.gov.pt/Glossario>. Acedido em 15.Setembro.2011.

Castells, M. (2004). *A galáxia internet: Reflexões sobre Internet, Negócios e Sociedade*. Lisboa: Fundação Calouste Gulbenkian.

CE (2007). Envelhecer bem na sociedade da informação, *COM 332*. [Online]; disponível em <http://www.ub.es/multimedia/iem/final.http://eurlex.europa.eu/LexUriServ/LexUriServ.do?uri=COM:2007:0332:FIN:PT:PDF>. Acedido em 03.Dezembro.2009.

Cullen, J., Hadjivassiliou, K., Junge, K., & Fischer, T. (2007). *Status of e-Inclusion measurement, analysis and approaches for improvement*. [Online]; disponível em http://ec.europa.eu/information_society/eeurope/i2010/docs/studies/e_inclusion_handbook_0307.pdf. Acedido em 03.Dezembro.2009.

Kachar, V. (s.d.). *A inclusão digital da população idosa*. [Online]; disponível em <http://www.tele-centros.org/telecentros/secao=102&idioma=br¶metro=10148.html>. Acedido em 6 de Dezembro de 2009.

Kachar, V. (s.d.). *Internet, um território sem fronteiras para a terceira idade*. [Online]; disponível em <http://www.portaldoenvelhecimento.net/acervo/pforum/evve3.htm>. Acedido em 05.Dezembro.2009.

Mariz, L., & Gico, V. (2009). *Tecnologias da Informação, Terceira Idade e Educação*. [Online]; disponível em <http://www.intercom.org.br/papers/nacionais/2009/resumos/R4-2162-1.pdf>. Acedido em 05.Dezembro.2009.

Papert, S. (1997). *A família em rede – ultrapassando a barreira digital entre gerações*. Lisboa: relógio D'Água editores.

Pereira, C. (2010). *O contributo das TIC para a QV de pessoas idosas*. [Online]; disponível em <http://biblioteca.sinbad.ua.pt/teses/2010000698>. Acedido em 30.Dezembro.2010.

Sei, M. (2009). *O crescimento da terceira idade e a crescente relação com a tecnologia*. [Online]; disponível em <http://www.faac.unesp.br/pesquisa/.../pesquidosostecnologiamarisa.doc>. Acedido em 06 de Dezembro de 2009.

- SeniorWatch (2008). *Assessment of the Senior Market for ICT Progress and Developments*, final report. [Online]; disponível em http://ec.europa.eu/information_society/newsroom/cf/itemdetail.cfm?item_id=4286. Acedido em 03.Dezembro.2009.
- Silva, S. (2008). Cursos de informática para a terceira Idade: por quê? *Revista Sinergia – CEFETSP*, 9 (1), 49-54. [Online]; disponível em <http://www.scribd.com/doc/22670505/cursos-de-informatica-para-a-terceira-idade>. Acedido em 06 de Dezembro de 2009.
- Verona, S., Cunha, S., Pimenta, G., & Buriti, M. (2006). Percepção do idoso em relação à *Internet. Temas em Psicologia*, 14 (2). [Online]; disponível em <http://www.sbponline.org.br/revista2/vol14n2/v14n2a07t.htm>. Acedido em 05.Dezembro.2009.

Abstract: Nowadays, population ageing is an unquestionable truth. It is known that a long life may not represent a good life. So, in order that the demographic changes make sense, it is necessary that the elderly have quality of life. Another issue that has been confirmed is the development of the Information and Communication Technologies. An age group that has been put aside of this fact is the elderly, since there's that stereotype that the *Internet* is just considered for young people. Therefore, this research tried to work with these two realities by promoting the development of communication skills using the tools available online to a group of people in retirement age. In order to achieve this purpose, it was taught a computer course to a group of 14 old people. The research methodology used was the investigation-action. The data were analyzed both quantitatively and qualitatively. This research showed that the *Internet* used decreases loneliness, increases the access to information, as well as the frequency of communication between family members and friends, and therefore, brings quality of life to the elderly.

Keywords: Ageing, Elderly, Quality of Life, ICT.

Texto:

- Submetido: setembro de 2011.
- Aprovado: novembro de 2011.

Para citar este artigo:

Pereira, C., & Neves, R. (2011). Os idosos na aquisição de competências TIC. *Educação, Formação & Tecnologias*, 4(2), 15-24 [Online], disponível a partir de <http://eft.educom.pt>.